



Laurent DESPORTE
Kinésiologue
Tél : 06 14 89 61 56
Laurendière, 45470 LOURY
Laurent.kinesiologie@gmail.com
www.laurentdesporte.com
Facebook : Laurent Desporte Kinésiologue



"L'Ennéagramme pour les coachs : mieux se connaître, mieux communiquer, mieux accompagner"

Être coach sportif aujourd'hui, ce n'est plus seulement transmettre une technique ou un programme d'entraînement. C'est aussi savoir accompagner une personne dans sa globalité : ses émotions, sa motivation, son rapport à l'effort, à l'échec, à la réussite.

Et si, derrière chaque athlète, chaque gymnaste, chaque réaction, se cachait une structure de personnalité unique, avec ses moteurs profonds, ses freins et ses leviers de performance ?

L'Ennéagramme est un outil puissant de connaissance de soi et des autres. À travers neuf grands profils de personnalité, il permet de mieux comprendre ce qui pousse une personne à agir, à se dépasser... ou à se saboter. Il éclaire les peurs inconscientes, les besoins fondamentaux, les façons d'entrer en relation ou de gérer la pression.

Pour un coach sportif, intégrer les bases de l'Ennéagramme, c'est gagner en justesse dans sa communication, en finesse dans sa posture, et en pertinence dans l'ajustement de ses objectifs. C'est aussi mieux comprendre ses propres réflexes en tant que coach, ses zones de confort et ses points d'effort.

Cette journée de formation vous propose une première immersion dans l'univers de l'Ennéagramme, avec des apports clairs, des exemples concrets issus du monde du sport, des outils pratiques et des temps d'échange. Vous y découvrirez les 9 profils de personnalité, leur rapport à l'effort, à la compétition, au cadre, à la motivation - et commencerez à identifier votre propre style de coach.

L'Ennéagramme n'est pas un outil de plus : c'est une grille de lecture profondément humaine, au service d'un coaching plus individualisé, plus conscient... et plus impactant.



LES OBJECTIFS :

- **Comprendre les bases de l'Ennéagramme**
 - o Acquérir une vision globale de la structure
 - o Identifier les 9 types de personnalité
 - o Repérer les attitudes spécifiques de chaque type (face à l'effort, la réussite, l'autorité, le changement et le stress)
- **Comprendre et identifier son propre type dominant**
 - o Explorer son fonctionnement personnel et professionnel
 - o Repérer les comportements automatiques et les biais relationnels
 - o Prendre conscience de ses réactions sous pression
- **Adapter sa communication et son accompagnement selon le profil de l'athlète**
 - o Développer une écoute plus fine et une lecture plus nuancée des comportements
 - o Savoir adapter son discours, ses consignes en fonction des besoins motivationnels de chaque profil
 - o Prévenir ou désamorcer les résistances ou incompréhensions dans la relation entraîneur entraîné
- **Utiliser l'ennéagramme comme levier de motivation et de performance**
 - o Identifier les leviers de motivations intrinsèques selon les profils
 - o Savoir ajuster les objectifs, les modes d'encouragement



CONTENU :

- Découvrir les fondations de l'Ennéagramme
- Explorer les 9 profils de personnalité
- Se situer dans le modèle
- Les besoins psychologiques des différents profils



METHODE UTILISEE :

- *Méthode pédagogique* : 7h de formation en présentiel
- *Moyens techniques* : Apports théoriques, échanges avec les participants, cas pratique, mises en situation
- *Méthode d'évaluation* : Questionnaire fin de formation



INTERVENANT : Laurent DESPORTE Kinésiologue



PUBLIC :

- Personnes majeures
- Techniciens salariés, bénévoles

Micro-entreprise : immatriculation 922 029 822 R.C.S. Orléans

TVA non applicable, article 239B du CGI

SIREN : 922 029 822 / SIRET : 92202982200017 / EI / code APE : 9609Z

Enregistré sous le numéro 24450442845. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.